



**ANALISIS TINGKAT KETRAMPILAN GERAK DASAR
SEPAK BOLA SISWA PESERTA EKSTRAKURIKULER
SEPAK BOLA DI SMA N 3 KAUR TENGAH TAHUN AJARAN
2013/2014**

SKRIPSI

**Skripsi Ditulis Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
Untuk Mendapatkan Gelar Sarjana Pendidikan
Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan
Jurusan Ilmu Pendidikan**

OLEH :

MILKI SAPUTRA

A1H009060

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI DAN
KESEHATAN JURUSAN ILMU PENDIDIKAN
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS BENGKULU**

2013

**ANALISIS TINGKAT KETRAMPILAN GERAK DASAR
SEPAK BOLA SISWA PESERTA EKSTRAKURIKULER
SEPAK BOLA DI SMA NEGERI 3 KAUR TENGAH TAHUN
AJARAN 2013/2014**

SKRIPSI



Oleh :

MILKI SAPUTRA
A1H009060

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI DAN
KESEHATAN JURUSAN ILMU PENDIDIKAN
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS BENGKULU**

2013

ABSTRAK

MILKI SAPUTRA, 2013 Analisis Tingkat Keterampilan Gerak Dasar Sepak Bola Siswa Peserta Ekstrakurikuler Sepak bola Di SMA N 3 Kaur Tengah Tahun Ajaran 2013/2014. **Skripsi. Bengkulu: Universitas Bengkulu, 2013.**

Penelitian ini adalah penelitian deskriptif yang bertujuan untuk mengetahui sejauh mana kemampuan tingkat penguasaan teknik dasar bermain sepakbola SMA N 3 Kaur Tengah yang berkenaan dengan *passing*, *controlling*, *shooting*, dan *dribbling*. Adapun sampel penelitian ini berjumlah 30 orang siswa ekstrakurikuler sepak bola SMAN 3 Kaur Tengah. Instrumen yang digunakan untuk mengukur tingkat tes keterampilan teknik dasar sepak bola. Hasil analisis menunjukkan pada *juggling*, nilai rata-rata 6.63 kategori cukup, pada *passing* rata-rata 6.47 kategori cukup. Sedangkan pada Tes *shooting*, nilai rata-rata 110 kategori cukup. Dan pada *dribbling* nilai rata-rata 23 kategori cukup. Penelitian menyimpulkan bahwa kemampuan teknik dasar bermain sepakbola SMA N 3 Kaur. secara keseluruhan berkenaan dengan *juggling*, *shooting*, dan *dribbling* tergolong kategori cukup.

Kata Kunci : keterampilan, gerak dasar

ABSTRACT

MILKI SAPUTRA : Analisis Tingkat Keterampilan Gerak Dasar Sepak Bola Siswa Peserta Ekstrakurikuler Sepak bola Di SMA N 3 Kaur tengah Tahun Ajaran 2013/2014. **Skripsi. Bengkulu: Universitas Bengkulu, 2013.**

This study aims to determine the extent of the ability level of mastery of the basic techniques of playing soccer sma 3 k regarding passing, controlling, shooting, and dribbling. This research is a case study, which is to determine the extent of the ability level of mastery of the basic techniques of playing football with regard to passing, controlling, shooting, and dribbling, the research done in sma research performed three times on the data collection of this research, the tests used test mastery level of basic engineering skills to play football. And descriptive tests were analyzed using percentage formula. The results show in passing, an average value of 6.63 categories of enough, in controlling the average value of 6.47 category enough. While the shooting test, the average value of 105 category enough. And the average value of dribbling 23 categories enough. The study concluded that the ability of the basic techniques of playing soccer sma 3 kaur overall with respect to passing, controlling, shooting, and dribbling quite enough category.

Key Words: Skill, Basic Moving

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

- ☞ Datanglah dan berikanlah sujudmu kepada ayah dan ibumu karena sesungguhnya apapun yang kamu peroleh tidak akan mampu membahagiakan batinmu tanpa do'a dan restu dari padanya...
- ☞ Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan maka apabila kamu sudah selesai dari satu urusan dan kerjakanlah dengan sungguh urusan lain dan kepada tuhanlah hendaknya kamu berharap (surat Al-Nashr).

“Persembahan”

Dengan air mata keharuan ku ucapkan syukur atas limpahan rahmatmu, dalam kelemahan raga kau berikan aku kekuatan, dalam kegelapan dan kekaburan rasa kau terangi aku dengan cahayamu Diantara semua keterbatasan kau beri aq kesempatan hingga impian ini jadi nyata dan di tengah isak tangis yang tak tertahankan ku jelmakan asa ku.

Ya robbi,,walaupun kau tahu semua ini belum berarti apa-apa dibandingkan pengorbanan dan tetesan keringat orang tua ku dan kakak-kakak ku, sukses hari ini merupakan bekal kedepan ku dari kehidupan selanjutnya, masa depan masih menghadang dengan seribu tantangan dan kerikil-krikil tajam.

Karya kecil ini ku persembahkan untuk.

- Kedua Orang Tua yang sangat ku cintai dan ku sayangi Almarhum Ayahanda tercinta “THAIB” yang tak sempat melihat keberhasilanku dan semasa hidupnya selalu menjadi motivasi untuk keberhasilanku.
- Ibunda “SALAMAH” tercinta yang selalu berdo'a, kerja keras, Dan selalu mengerti,demi keberhasilanku ,Tak ada sesuatupun yang ada didunia ini yang dapat menggantikan & membalas semua limpahan kasih sayang, doa, cinta, perhatian & pengorbanan yang tulus yang telah diberikan, kalian adalah nafas dalam hidup ku.
- Untuk kakak-kakakku Maswati, nini, novi yasmi s.pd dan mila, serta kakak iparku”khaidir s.pd” dan keponakanku Tio terimakasih yang tak terhingga atas kasih sayang, dukungan, doa, bantuan, dan motivasinya, selama aq menuntut ilmu dibangku perkuliahan, kalian adalah harta yang paling berharga yang ku miliki selama hidupku.
- untuk teman seperjuanganku wiwin,deko,andi,fadly,adek dan seluruh terimakasih karena kalian telah menemani perjuangan ini, memberiku dukungan & motivasi, selalu membantuku, serta mengajarkan ku tentang arti persahabatan yang sesungguhnya,
- Semua teman-teman ku Penjaskes angkatan 2009 terutama kelas B, terimakasih atas kebersamaannya selama ini.
- **Almamaterku**

PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Milki Saputra
Nomor Pokok Mahasiswa : A1H009060
Program Studi : Pendidikan Jasmani dan Kesehatan
Fakultas : FKIP UNIB
Judul Penelitian : Analisis Tingkat Keterampilan Gerak Dasar Sepak Bola Siswa Peserta Ekstrakurikuler Sepak bola Di SMA N 3 Kaur tengah Thaun Ajaran 2013/2014.

Menyatakan bahwa penelitian ini adalah hasil pekerjaan saya sendiri, dan sepanjang pengetahuan saya tidak berisi materi yang telah dipublikasikan atau ditulis orang lain atau telah dipergunakan dan diterima sebagai prasyarat penyelesaian studi pada universitas atau institute lain, kecuali bagian-bagian tertentu yang telah dinyatakan dalam teks.

Bengkulu, Oktober 2013

Yang Menyatakan

Milki Saputra

NPM. A1H009060

KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan puji syukur kepada Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan hidayah-Nya kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi ini dengan judul "analisis tingkat keterampilan gerak dasar sepak bola siswa peserta ekstrakurikuler sepak bola DI SMA N 3 Kaur Tengah tahun ajaran 2013/2014"

Penulis sangat menyadari kekurangan dalam penulisan skripsi ini baik dalam segi isi, penyusunan kata, maupun dalam teknisnya. Oleh sebab itu penulis berharap saran dan kritik demi meningkatkan kualitas penulisan skripsi ini. Dalam penulisan ini, penulis mendapatkan banyak bantuan dan bimbingan dari beberapa pihak. Untuk itu penulis ingin menyampaikan ungkapan terima kasih kepada :

1. Dr. Ridwan Nurazi, MSc, Akt. Selaku Rektor Universitas Bengkulu.
2. Prof. Dr. Rambat Nur Sasongko, M.Pd. Selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Kependidikan.
3. Drs. Syafrial. M.kes Selaku Ketua Prodi jurusan Pendidikan Jasmani dan Kesehatan
4. Bayu Insanistyo, S.Pd, M.Or sebagai pembimbing I yang telah memberikan bimbingan, pengarahan, motivasi, dan masukan kepada penulis dalam penulisan skripsi ini hingga selesai
5. Dian Pujianto, S.Pd. Jas., M.Or sebagai pembimbing 2 yang telah memberikan bimbingan, pengarahan, motivasi dan masukan kepada penulis dalam penulisan skripsi ini hingga selesai.
6. Seluruh Bapak/Ibu Dosen Penjaskes FKIP UNIB yang telah memberikan bantuan, masukan, serta kritik dan sarannya kepada penulis.

7. Seluruh guru-guru SMA N 3 Kaur tengah yang telah bersedia membantu dan meluangkan waktunya untuk kami

8. Rekan-rekan seperjuangan S1 Penjaskes

Akhirnya penulis berharap, semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca pada umumnya dan bagi penulis pada khususnya.

Bengkulu, Oktober 2013

Milki Saputra

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	iii
HALAMAN ABSTRAK	iv
HALAMAN ABSTRACT	v
HALAMAN MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	vi
SURAT PERNYATAAN	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Pembatasan Masalah	5
D. Rumusan Masalah	5
E. Tujuan Penelitian	6
F. Manfaat Penelitian	6

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

A. Kajian Teori	7
1. Pendidikan Jasmani	7
2. Keterampilan Gerak Dasar Sepak Bola.....	9
B. Kerangka Berfikir.....	20

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian.....	22
B. Pendekatan Penelitian	22
C. Lokasi penelitian	23
D. Populasi dan Sampel Penelitian	23
E. Variabel Penelitian	24
F. Teknik Pengumpulan Data	25
G. Instrumen Penelitian.....	27
H. Validitas	30
I. Analisis Data	30

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian	31
1. Gambaran Hasil Tes Kondisi Fisik	41
2. Gambaran Hasil Tes Keterampilan Teknik Dasar	45
B. Pembahasan Hasil Penelitian	46

BAB V SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan	45
B. Saran	45

DAFTAR PUSTAKA 47

LAMPIRAN – LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Pencapaian Prestasi Tim Sepak Bola SMAN 3 Kaur Tengah tahun 2009-2012	4
Tabel 2	Pengukuran Mengukur Kemampuan (<i>Passing</i>)	27
Tabel 3	Pengukuran Mengukur Kemampuan (<i>Shooting</i>)	28
Tabel 4	Pengukuran Mengukur Kemampuan (<i>Dribbling</i>)	29
Tabel 5	Kriteria Kemampuan <i>Juggling</i> dan <i>Passing</i>	32
Tabel 6	Distribusi Frekuensi <i>Juggling</i> 10 Detik.....	32
Tabel 7	Distribusi Frekuensi <i>Passing</i>	34
Tabel 8	Kriteria Kemampuan <i>Shooting</i>	35
Tabel 9	Distribusi Frekuensi <i>Shooting</i>	36
Tabel 10	Kriteria Kemampuan <i>Dribbling</i>	37
Tabel 11	Distribusi Frekuensi <i>Dribbling</i>	38

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Menenendang dengan Kaki Bagian dalam.....	10
Gambar 2	Menendang dengan kaki bagian Luar	11
Gambar 3	Menendang Dengan Punggung kaki	12
Gambar 4	Menendang Dengan punggung Kaki Bagian dalam	13
Gambar 5	Menghentikan bola Dengan Kaki Bagian Dalam	14
Gambar 6	Menghentikan Dengan Kaki Bagian Luar.....	15
Gambar 7	Menghentikan bola dengan punggung Kaki	16
Gambar 8	Menghentikan bola dengan Telapak Kaki.....	17
Gambar 9	Menggiring Bola dengan Kaki bagian Dalam.....	18
Gambar 10	Menggiring Bola Dengan kura-Kura Kaki Penuh	19
Gambar 11	Menggiring Bola Dengan kura-Kura Kaki Luar.....	19
Gambar 12	Kerangka Konseptual.....	20
Gambar 13	Tes untuk Mengukur Kemampuan <i>Shooting</i>	28
Gambar 14	Grafik Penilaian Hasil Tes Teknik <i>Juggling</i>	33
Gambar 15	Grafik Penilaian Hasil Tes Teknik <i>Passing</i>	34
Gambar 16	Grafik Penilaian Hasil Tes Teknik <i>Shooting</i>	36
Gambar 17	Grafik Penilaian Hasil Tes Teknik <i>Dribbling</i>	38

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Hasil Tes <i>Juggling</i>	47
2. Hasil Tes <i>Passing</i>	48
3. Hasil tes <i>shooting</i>	49
4. Hasil Tes <i>Dribbling</i>	50
5. Foto penelitian	51
6. Surat keterangan izin penelitian.....	52
7. Surat dari dinas pendidikan.....	53
8. Surat selesai penelitian.....	54

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Olahraga merupakan salah satu cara untuk menjaga agar kesegaran jasmani tetap berada dalam kondisi yang baik. Sehingga terlihat pria maupun wanita, tua atau muda melakukan latihan-latihan olahraga, baik di lapangan maupun di jalan, semua ini mereka lakukan agar kesehatan dan kesegaran jasmani tetap baik yang digunakan sebagai dasar penting untuk hidup bahagia dan bermanfaat. Hakekat olahraga merupakan kegiatan fisik yang mengandung sifat permainan dan berisi perjuangan melawan diri sendiri atau melawan orang lain atau konfrontasi dengan unsur-unsur alam. Kegiatan olahraga meliputi gaya pertandingan, maka kegiatan itu harus dilaksanakan dengan semangat atau jiwa sportif. Pada olahraga kelompok mendorong manusia saling bertanding dalam suasana kegembiraan dan kejujuran. Olahraga memberi kemungkinan pada tercapainya rasa saling mengerti dan menimbulkan solidaritas serta tidak mementingkan diri sendiri. Olahraga juga dapat dijadikan juga alat pemersatu.

Sepakbola merupakan permainan beregu, masing-masing regu terdiri dari sebelas pemain, dan salah satunya penjaga gawang. Permainan ini hampir seluruhnya dimainkan dengan menggunakan tungkai kecuali penjaga gawang yang diperbolehkan menggunakan lengannya didaerah tendangan hukumannya. Dalam perkembangannya permainan ini dapat dimainkan di luar lapangan (*outdoor*) dan di dalam ruangan tertutup (*indoor*). Sepakbola berkembang dengan pesat di kalangan masyarakat, karena permainan ini dapat dimainkan oleh laki-laki dan

perempuan; anak-anak, dewasa; dan orang tua (Sucipto, dkk, 1999/2000: 7). Sepakbola menjadi salah satu olahraga favorit di kalangan masyarakat, karena sepakbola sudah dikenal di seluruh lapisan masyarakat. Hal ini terbukti dengan munculnya klub sepakbola di berbagai daerah juga munculnya klub-klub tangguh di tingkat sekolah maupun perguruan tinggi, serta dengan adanya kompetisi di tingkat nasional maupun daerah, dan juga banyak berdirinya sekolah-sekolah sepakbola.

Setiap cabang olahraga mempunyai tujuan dari permainannya. Tujuan permainan sepakbola adalah pemain memasukkan bola sebanyak-banyaknya ke gawang lawannya dan berusaha menjaga gawangnya agar tidak kemasukan. Suatu regu dinyatakan menang apabila regu tersebut dapat memasukkan bola ke gawang lawannya dan apabila sama, maka dinyatakan seri atau *draw*.

Pendidikan jasmani sebagai komponen pendidikan secara keseluruhan telah disadari oleh banyak kalangan. Namun, dalam pelaksanaannya pengajaran pendidikan jasmani berjalan belum efektif seperti yang diharapkan. Pembelajaran pendidikan jasmani cenderung tradisional. Model pembelajaran pendidikan jasmani tidak harus terpusat pada guru tetap pada siswa. Orientasi pembelajaran harus disesuaikan dengan perkembangan anak, isi dan urusan materi serta cara penyampaian harus disesuaikan sehingga menarik dan menyenangkan, sasaran pembelajaran ditujukan bukan hanya mengembangkan keterampilan olahraga, tetapi pada perkembangan pribadi anak seutuhnya. Konsep dasar pendidikan jasmani dan model pengajaran pendidikan jasmani yang efektif perlu dipahami oleh mereka yang hendak mengajar pendidikan jasmani. Pengertian pendidikan

jasmani sering dikaburkan dengan konsep lain. Konsep. Itu menyamakan pendidikan jasmani dengan setiap usaha atau kegiatan yang mengarah pada pengembangan organ-organ tubuh manusia (*body building*), kesegaran jasmani (*physical fitness*), kegiatan fisik (*physical activities*), dan pengembangan keterampilan (*skill development*). Pengertian itu memberikan pandangan yang sempit dan menyesatkan arti pendidikan jasmani yang sebenarnya. Walaupun memang benar aktivitas fisik itu mempunyai tujuan tertentu, namun karena tidak dikaitkan dengan tujuan pendidikan, maka kegiatan itu tidak mengandung unsur-unsur *pedagogik*. (Cholik Mutohir, 2013:32)

Sekolah merupakan lembaga dan organisasi yang tersusun rapi. Segala kegiatan direncanakan dan diatur sesuai dengan kurikulum. Dan untuk menghadapi kemajuan jaman kurikulum selalu diadakan perubahan, diperbaikidan disempurnakan agar apa yang diberikan di sekolah terhadap anak didiknya dapat digunakan untuk menghadapi tantangan hidup di masa sekarang maupun yang akan datang, sehingga sekolah sebagai tempat untuk belajar agar tujuan hidup atau cita-citanya tercapai. Hal ini berlaku pada mata pelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan. Kegiatan ekstrakurikuler yang diselenggarakan di SMA Negeri 3 Kaur Tengah merupakan kegiatan yang sudah diprogram dengan kebutuhan yang diinginkan oleh sekolah.

Ketertarikan peneliti dalam melakukan penelitian di SMA Negeri 3 Kaur Tengah disebabkan oleh prestasi yang diperoleh tim sepakbola SMA Negeri 3 Kaur Tengah yang baik dalam pertandingan antar pelajar di kabupaten Kaur.

Tabel 1
Pencapaian Prestasi Tim Sepakbola SMA Negeri 3 Kaur Tengah
Tahun 2009-2012

NO	EVEN PERTANDINGAN	WAKTU	HASIL
1	Kejuaraan POPDA Tingkat Kabupaten Kaur	Bulan Maret 2009	Juara 1
2	Kejuaraan Honda CUP Tingkat Pelajar dan Umum	Bulan November 2011	Juara 2
3	Kejuaraan POPDA Tingkat Kabupaten Kaur	Bulan Maret 2012	Juara 3

Dilihat dari data di atas terjadi penurunan prestasi pada SMA Negeri 3 Kaur Tengah, sehingga peneliti ingin mengetahui bagaimana tingkat keterampilan gerak dasar sepakbola siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMA Negeri 3 Kaur Tengah.

Maka dari itu, peneliti melakukan penelitian yakni analisis tingkat keterampilan gerak dasar sepakbola peserta ekstrakurikuler sepakbola guna penelitian ini agar guru olahraga di sekolah dapat mengetahui bagaimana cara yang benar untuk mengukur tingkat keterampilan gerak dasar sepakbola siswa. Sehingga peneliti, guru olahraga, dan pembaca dapat mengetahui apakah benar jika hasil penilaian pembelajaran siswa tuntas maka tujuan dari proses pembelajaran Penjas Orkes di sekolah telah tercapai. Hasil penelitian ini nanti juga dapat dijadikan acuan guru dalam keaktifan belajar di waktu kedepannya. Misalnya, sekarang tingkat kesegaran tingkat keterampilan gerak dasar sepakbola siswa masih tergolong kurang baik, maka dikedepannya guru olahraga harus meningkatkan lagi cara belajarnya agar siswanya lebih aktif dalam bergerak. Tetapi apabila tingkat keterampilan gerak dasar sepakbola siswa telah baik maka guru olahraga setidaknya hanya perlu mempertahankan sistem mengajar yang

biasanya digunakan. Dan penelitian ini akan di lakukan pada Siswa di SMAN 3 Kaur Tengah.

Dari penjelasan di atas maka peneliti melakukan penelitian dengan judul “Analisis Tingkat keterampilan gerak dasar sepakbola siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMA N 3 Kaur Tengah tahun ajaran 2012/2013”.

B. Identifikasi masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang ada diatas dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Kurangnya pemahaman siswa terhadap materi sepak bola
2. Kurangnya memiliki kondisi fisik yang baik.
3. Siswa kurang memahami tentang teknik menendang
4. Teknik dalam melakukan sepak bola masih begitu sulit untuk dilakukan oleh siswa.
5. Menurunnya prestasi kejuaran tahun ini

C. Pembatasan masalah

Karena banyaknya masalah dalam identifikasi masalah maka penelitian ini dibatasi pada: analisis tingkat keterampilan gerak dasar sepakbola siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMA Negeri 3 Kaur Tengah.

D. Rumusan masalah

Dari uraian latar belakang diatas maka penulis mengangkat rumusan masalah yang merupakan objek penelitian ini yaitu sebagai berikut:

“Bagaimana Keterampilan Gerak Dasar Sepak bola Siswa Peserta Ekstrakurikuler di SMA Negeri 3 Kaur Tengah ?”

E. Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat keterampilan gerak dasar sepakbola siswa peserta ekstrakurikuler sepak bola di SMA Negeri 3 Kaur Tengah tahun ajaran 2013/2014.

F. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat yang dapat diperoleh dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagi Peneliti: Menambah pengetahuan dan pengalaman dalam merancang serta melaksanakan penelitian ilmiah mengenai tingkat keterampilan gerak dasar sepakbola siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMA Negeri 3 Kaur Tengah tahun ajaran 2013/2014.
2. Bagi Pihak Sekolah
 - a. Memberikan informasi kepada pihak sekolah mengenai tingkat keterampilan gerak dasar sepak bola khususnya siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola.
 - b. Menjadi bahan pertimbangan sekolah dalam mengeluarkan kebijakan untuk kegiatan yang diadakan di sekolah.
3. Bagi Jurusan program studi S1 Penjaskes

Sebagai tambahan kajian dan pengembangan ilmu pengetahuan mengenai tingkat keterampilan gerak dasar sepakbola siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMA Negeri 3 Kaur Tengah tahun ajaran 2013/2014.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian teori

1. Pendidikan jasmani

Pengertian Pendidikan Jasmani menurut Nixon (1980: 6) *“Physical education is an educational process that has as its aim the improvement of human performance and enhancement of human development through the medium of physical activities selected to realize this definition , education is broadly defined as representing the ongoing.”*

Dari pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa, Pendidikan jasmani adalah proses pendidikan yang memiliki sebagai tujuan peningkatan kinerja manusia dan peningkatan pembangunan manusia melalui media kegiatan fisik yang dipilih untuk mewujudkan hasil ini. dalam definisi ini, pendidikan secara luas didefinisikan sebagai reseprenting berlangsungnya proses pembelajaran dan pengembangan menyeluruh yang terjadi di seluruh rentang hidup kita.

Pengertian Pendidikan Jasmani menurut Bucher (1991 : 27) *“Physical education is most appropriately defined as that phase of the total process of education that is concerned with dhe development and utilization of the individual’svoluntary, purposeful, movement capabilities, and with directly related mental, emotional and social responses.”*

Pendidikan Jasmani paling tepat didefinisikan sebagai fase dari total proses pendidikan yang berkaitan dengan pengembangan dan pemanfaatan secara

sukarela, bertujuan, kemampuan gerakan individu, dan dengan, respon emosional dan sosial mental yang terkait langsung. Modifikasi perilaku yang stabil dalam hasil individu dari ini respon gerakan berpusat dan dengan demikian individu belajar melalui pendidikan jasmani.

Pengertian Pendidikan jasmani adalah fase dari program pendidikan keseluruhan yang memberikan kontribusi, terutama melalui pengalaman gerak, untuk pertumbuhan dan perkembangan secara utuh untuk tiap anak. Pendidikan jasmani didefinisikan sebagai pendidikan dan melalui gerak dan harus dilaksanakan dengan cara-cara yang tepat agar memiliki makna bagi anak. Pendidikan jasmani merupakan program pembelajaran yang memberikan perhatian yang proporsional dan memadai pada domain-domain pembelajaran, yaitu psikomotor, kognitif, dan afektif. (Dauer dan Pangrazi (1989: 1) dalam buku belajar dan pembelajaran.

Adapun pengertian-pengertian pendidikan jasmani dari para ahli adalah sebagai berikut:

“Pendidikan jasmani adalah suatu proses pendidikan seseorang sebagai perorangan atau anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan jasmani untuk memperoleh pertumbuhan jasmani, kesehatan dan kesegaran jasmani, kemampuan dan keterampilan, kecerdasan dan perkembangan watak serta kepribadian yang harmonis dalam rangka pembentukan manusia Indonesia berkualitas berdasarkan Pancasila. Secara eksplisit istilah pendidikan jasmani dibedakan dengan olahraga. Dalam arti sempit olahraga diidentikkan sebagai gerak badan. Olahraga ditilik dari asal katanya dari bahasa Jawa *olah* yang berarti melatih diri dan *raga* (raga) berarti badan. Secara luas olahraga dapat diartikan sebagai segala kegiatan atau usaha untuk mendorong, membangkitkan, mengembangkan dan membina kekuatan-kekuatan jasmaniah maupun rohaniyah pada setiap manusia. Definisi lain

yang dilontarkan pada Lokakarya Nasional Pembangunan Olahraga (Abdul Gafur, 1983:8-9)

2. Keterampilan Gerak Dasar Sepak Bola

Teknik – teknik yang tergolong sebagai *foundation* (dasar) tersebut merupakan menu latihan yang paling mendasar atau paling rendah tingkatannya. Latihan- latihan teknik itu ditujukan untuk mengembangkan keterampilan dasar yang perlukan oleh semua pemain, namun menu latihan ini tidak ditujukan untuk menghadapi kondisi pertandingan yang sesungguhnya. (Koger Robert, 2007 : 13)

Pemain sepakbola dengan menguasai teknik dasar bermain sepak bola maka akan segera dapat mengausai diri dengan situasi yang berubah-ubah. Oleh karena itu, dalam bermain sepak bola semua yang ada dalam tubuh kita dari ujung kaki sampai ujung rambut dapat kita mainkan. Dengan terkuasainya teknik dasar bermain sepak bola secara baik, maka pemain tinggal menerapkan permainan sepak bola.

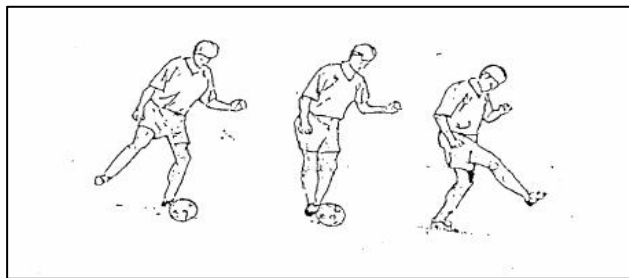
Didalam permainan sepak bola setiap pemain harus terampil dalam menguasai teknik dasar permainan sepak bola. Salah satu teknik dasar penting dalam permainan sepak bola adalah keterampilan menendang bola, bila dikaji teknik menendang bola dasar menendang untuk beberapa keadaan, yaitu: atas dasar bagian kaki yang digunakan untuk menendang:

a. Menendang dengan kaki bagian dalam.

Pada umumnya teknik menendang dengan kaki bagian dalam digunakan untuk mengumpan jarak pendek (*short passing*). Analisis gerak menendang dengan kaki bagian dalam adalah sebagai berikut : 1) Badan menghadap sasaran di belakang bola, 2) Kaki tumpu berada di samping

bola kurang lebih 15 cm, ujung kaki menghadap sasaran, lutut sedikit ditekuk, 3) Kaki tendang ditarik ke belakang dan diayukan ke depan sehingga mengenai bola, 4) Perkenaan kaki pada bola tepat pada mata kaki dan tepat di tengah-tengah bola, 5) Pergelangan kaki ditegangkan saat mengenai bola, 6) Gerak kaki tendang diangkat menghadap sasaran, 7) Pandangan ditunjukkan ke bola dan mengikuti arah jalannya bola terhadap sasaran, 8) Kedua lengan terbuka di samping badan (Sucipto, dkk, 2000: 18).

Gambar 1
Menendang dengan kaki bagian dalam



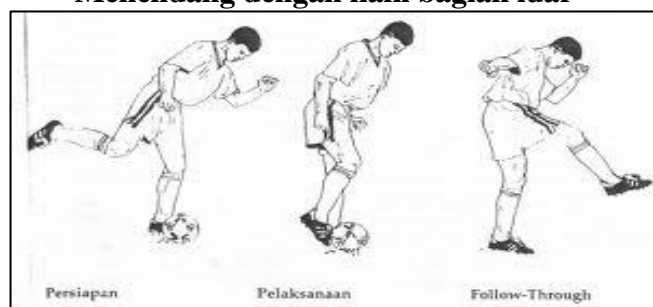
Sumber: <http://eprints.uny.ac.id>(Sucipto, dkk, 2000:18)

b. Menendang dengan kaki bagian luar.

Pada umumnya teknik menendang dengan kaki bagian luar digunakan untuk mengumpan jarak pendek (*short passing*). Analisis gerak menendang dengan kaki bagian luar adalah sebagai berikut : 1) Posisi badan di belakang bola, kaki tumpu disamping belakang bola kurang lebih 25 cm, ujung kaki menghadap ke sasaran, dan lutut sedikit di tekuk, 2) Kaki tendang berada di belakang bola, dengan ujung kaki menghadap ke dalam, 3) Kaki tendang ditarik ke belakang dayunkan ke depan sehingga mengenai bola, 4) Perkenaan kaki pada bola tepat pada punggung kaki

bagian luar dan tepat pada tengah-tengah bola, pada saat perkenaan dengan bola pergelangan kaki ditegangkan, 5) Gerak lanjut kaki tendang diangkat serong kurang lebih 45 derajat menghadap sasaran, 6) Pandangan ke bola dan mengikuti jalannya bola ke sasaran, 7) Kedua lengan terbuka menjaga keseimbangan di samping badan (Sucipto, dkk, 2000:19).

Gambar 2
Menendang dengan kaki bagian luar



Sumber: <http://eprints.uny.ac.id>(Sucipto, dkk, 2000:19)

c. Menendang dengan punggung kaki.

Pada umumnya menendang dengan punggung kaki digunakan untuk menembak ke gawang (*shooting at the goal*). Analisis gerak menendang dengan punggung kaki adalah sebagai berikut : 1) Badan di belakang bola sedikit condong ke depan, kaki tumpu diletakkan di samping bola dengan ujung kaki menghadap ke sasaran, dan lutut sedikit ditekuk, 2) Kaki tendang berada di belakang bola dengan punggung kaki menghadap ke depan, 3) Kaki tendang ditarik ke belakang dan ayunkan ke depan sehingga mengenai bola, 4) Perkenaan kaki pada tepat pada punggung kaki penuh dan tepat pada tengah-tengah bola dan pada saat mengenai bolapergelangan kaki ditegangkan, 5) Gerak lanjut kaki tendang diarahkan dan diangkat ke arah sasaran, 6) Pandangan mengikuti jalannya bola dan ke sasaran

Gambar 3
Menendang dengan punggung kaki

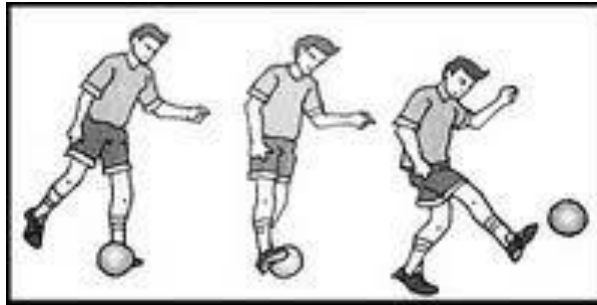


Sumber: <http://eprints.uny.ac.id>(Sucipto, dkk, 2000:20)

d. Menendang dengan kaki bagian luar

Pada umumnya menendang dengan punggung kaki bagian dalam digunakan untuk mengumpan jarak jauh (*long passing*). Analisis gerak menendang dengan punggung kaki bagian dalam adalah sebagai berikut 1) Posisi badan berada di belakang bola, sedikit serong kurang lebih 40 derajat dan garis lurus bola, kaki tumpu diletakkan di samping belakang bola kurang lebih 30 cm dengan ujung kaki membuat sudut 40 derajat dengan garis lurus bola, 2) Kaki tendang berada di belakang bola dengan ujung kaki serong kurang lebih 40 derajat ke arah luar. Kaki tendang ditarik ke belakang dan diayunkan ke depan sehingga bagian dalam dan tepat pada tengah bawah bola dan pada saat kaki mengenai bola, pergelangan kaki ditegangkan, 3) Gerakan lanjutan kaki tendang diangkat dan diarahkan ke depan, 4) Pandangan mengikuti jalannya bola ke sasaran, 5) Lengan dibuka berada di samping badan sebagai penyeimbang

Gambar 4
Menendang dengan punggung kaki bagian dalam



Sumber: <http://eprints.uny.ac.id>(Sucipto, dkk)

Fungsi dan kegunaan dari tendangan : 1) Untuk memberikan operan kepada teman, 2) Memberikan umpan untuk menembakkan bola ke arah mulut gawang lawan, untuk membuat gol kemenangan, 3) Untuk membersihkan atau menyapu bola di daerah pertahanan (belakang) langsung ke depan, tendangan ini biasanya dilakukan oleh pemain belakang untuk mematahkan serangan lawan, 4) Untuk melakukan bermacam-macam tendangan khusus seperti tendangan bebas, tendangan sudut, tendangan gawang, tendangan pinalti (Sukatamsi, 2001 2.41).

e. Menghentikan Bola

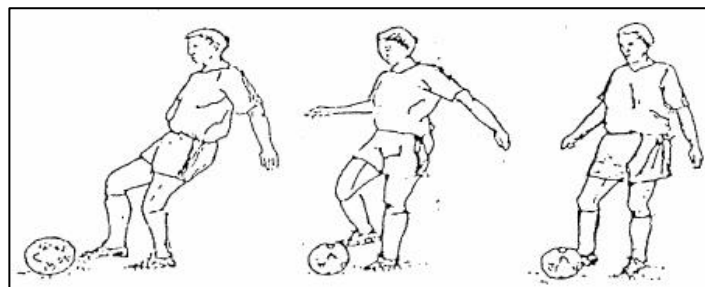
Menghentikan bola merupakan salah satu teknik dasar dalam permainan sepakbola yang penggunaannya bersamaan dengan teknik menendang bola. Tujuan menghentikan bola untuk mengontrol bola, yang termasuk didalamnya untuk mengatur tempo permainan, mengalihkan laju permainan dan memudahkan untuk passing (Sucipto, dkk, 2000: 22). Dilihat dan berkenaan bagian badan yang pada umumnya digunakan untuk menghentikan bola adalah kaki, paha dan dada. Bagian kaki yang

biasa digunakan untuk menghentikan bola adalah kaki bagian dalam, kaki bagian luar, punggung kaki dan telapak kaki.

f. Menghentikan bola dengan kaki bagian dalam.

Pada umumnya digunakan untuk menghentikan bola yang datangny menggelinding, bola pantul ke tanah, dan bola di udara sampai setinggi paha. Analisis menghentikan bola dengan kaki bagian dalam adalah sebagai berikut: 1) Posisi badan segaris dengan datangny bola, 2) Kaki tumpu mengarah pada bola dengan lutut sedikit ditekuk, 3) Kaki penghenti diangkat dengan permukaan bagian dalam kaki dijulurkan ke depan segaris dengan datangny bola, 4) Bola menyentuh kaki persis di bagian dalam kaki atau mata kaki, 5) Kaki penghenti mengikuti arah bola, 6) Pandangan mengikuti jalannya bola sampai bola berhenti, 7) Kedua lengan dibuka di samping badan untuk menjaga keseimbangan (Sucipto,dkk, 2000: 23).

Gambar 5
Menghentikan bola dengan kaki bagian dalam



Sumber: <http://eprints.uny.ac.id>(Sucipto, dkk)

g. Menghentikan bola dengan kaki bagian luar

Pada umumnya digunakan untuk menghentikan bola yang datangny menggelinding, bola pantul ke tanah, dan bola di udara sampai setinggi paha. Analisis menghentikan bola dengan kaki bagian luar adalah sebagai

berikut 1) Posisi badan menghadap ke datangnya bola, 2) Kaki tumpu berada di samping kurang lebih 30 derajat dan garis datangnya bola dengan lutut sedikit ditekuk, 3) Kaki penghenti diangkat sedikit dengan permukaan kaki bagian luar dijulurkan ke depan menjemput datangnya bola, 4) Bola menyentuh kaki tepat di permukaan kaki bagian luar, 5) Pada saat kaki menyentuh bola, kaki penghenti mengikuti arah bola sampai berada di bawah badan atau terkuasai, 6) Posisi lengan berada di samping badan untuk menjaga keseimbangan (Sucipto, dkk 2000: 24). .

Gambar 6
Menghentikan bola dengan kaki bagian luar

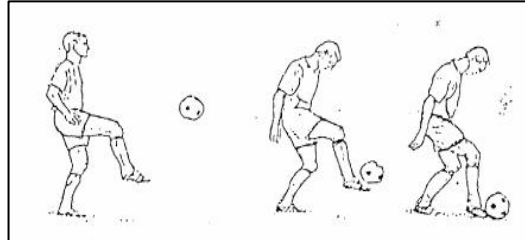


Sumber: <http://eprints.uny.ac.id>(Sucipto, dkk)

h. Menghentikan bola dengan punggung kaki

Pada umumnya digunakan untuk menghentikan bola di udara sampai setinggi paha. Analisis menghentikan bola dengan punggung kaki adalah sebagai berikut : 1) Posisi badan menghadap datangnya bola, 2) Kaki tumpu berada di samping kurang lebih 15 cm dan garis datangnya bola dengan lutut sedikit ditekuk, 3) Kaki penghenti diangkat dan dijulurkan ke depan menjemput datangnya bola, 4) Bola menyentuh kaki tepat di punggung kaki, 5) Pada saat kaki menyentuh bola, kaki penghenti mengikuti arah bola sampai berhenti di badan atau terkuasai (Sucipto, dkk, 2000: 25).

Gambar 7
Menghentikan bola dengan punggung kaki

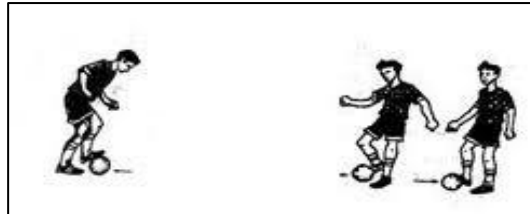


Sumber: [*http://eprints.uny.ac.id\(Sucipto, dkk\)*](http://eprints.uny.ac.id(Sucipto, dkk))

i. Menghentikan bola dengan telapak kaki

Pada umumnya digunakan untuk menghentikan bola pantul dari tanah. Seringkali kita juga melihat pemain sepakbola menghentikan bola datar dengan telapak kaki dengan jalan bola kencang. Analisis menghentikan bola dengan telapak kaki adalah sebagai berikut : a) Posisi badan lurus dengan arah datangnya bola, b) Kaki tumpu berada di samping kurang lebih 15 cm dan garis datangnya bola dan lutut sedikit ditekuk. c) Kaki penghenti diangkat sedikit dengan telapak kaki dijulurkan menghadap sasaran, d) Pada saat bola masuk ke kaki, ujung kaki diturunkan sehingga bola berhenti di depan badan, e) Pandangan mengikuti arah bola sampai bola berhenti (Sucipto, dkk, 2000: 36). Kesalahan-kesalahan yang sering terjadi adalah tidak tepatnya perkenaan bagian kaki, sehingga bola seringkali tidak dalam posisi siap untuk ditendang. Faktor lain adalah tidak tepatnya waktu untuk menghentikan bola, seringkali bola lepas atau lewat sebelum telapak kaki menyentuh bola.

Gambar 8
Mengehentikan bola dengan telapak kaki



Sumber: <http://eprints.uny.ac.id>(Sucipto, dkk)

j. Menggiring Bola

Sepakbola modern dilakukan dengan keterampilan lari dan operan bola dilakukan dengan gerakan-gerakan yang sederhana, dengan kecepatan dan ketepatan. Menggiring bola diartikan dengan gerakan kaki menggunakan bagian kaki mendorong bola agar bergulir terus-menerus di atas tanah. Menggiring bola hanya dilakukan pada saat menguntungkan saja, yaitu bebas dari lawan. Pada dasarnya menggiring bola adalah menendang terputus-putus atau pelan-pelan (Sucipto, dkk, 2000: 28). Oleh karena itu bagian kaki yang digunakan dalam menggiring bola sama dengan bagian kaki yang digunakan untuk menendang bola. Menggiring bola bertujuan antara lain untuk mendekati jarak sasaran, melewati lawan dan menghambat permainan. Pemain dapat terkenal oleh karena memiliki kemampuan menggiring bola yang baik, seperti Diego Armando Maradona dari Argentina.

Macam-macam cara menggiring bola

- 1) Menggiring bola dengan kura-kura bagian dalam : a), Kaki sentuh tidak

terlalu diputar kearah luar dan lutut tidak terlalu ditekuk, b), Badan tidak terlalu diputar kearah kaki yang menyentuh bola, c), pandangan kearah bola , dan berganti-ganti kearah kanan maupun kearah kiri arah lawan. (Rahman Rifqi, 2013)

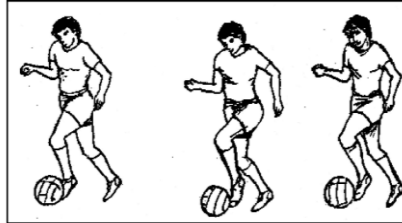
Gambar 9
Menggiring bola dengan kura-kura bagian dalam



Sumber: <http://eprints.uny.ac.id/Sucipto, dkk>,

- 2) Menggiring bola dengan kura-kura kaki penuh : a) Posisi kaki menggiring bola sama dengan posisi kaki dalam menendang bola dengan kura-kura penuh, b) Setiap langkah secara teratur dengan kura-kura kaki penuh kaki kanan atau kaki kiri mendorong bola bergulir ke depan dan bola harus selalu dekat dengan kaki, c) Pada saat menggiring bola kedua lutut selalu sedikit ditekuk, waktu kaki menyentuh bola pandangan pada bola, jangan melihat situasi lapangan, posisi lawan dan posisi teman (Rahman Rifqi, 2013).

Gambar 10
Menggiring bola dengan kura – kura kaki penuh



Sumber: <http://eprints.uny.ac.id>(Sucipto, dkk)

Menggiring bola dengan kura-kura penuh ini, pemain dapat membawa bola dengan cepat. Dari teknik ini hanya digunakan apabila di depan pemain terdapat daerah kosong atau bebas dan lawan, sehingga jarak untuk menggiring bola cukup jauh.

- 3) Menggiring bola dengan kura-kura kaki bagian luar a). Posisi kaki menggiring bola sama dengan posisi kaki dalam posisi menendang bola dengan kura-kura kaki bagian luar, b) Setiap langkah secara teratur dengan kura-kura kaki bagian luar kaki kanan atau kaki kiri mendorong bola bergulir ke depan. dan bola harus selalu dekat dengan kaki, sesuai dengan irama lari, c) Pada saat menggiring bola kedua lutut sedikit ditekuk, waktu kaki menyentuh bola pandangan pada bola dan selanjutnya melihat situasi lawan dan posisi teman (Rahman Rifqi, 2013)

Gambar 11
Menggiring bola dengan kura-kura kaki bagian luar



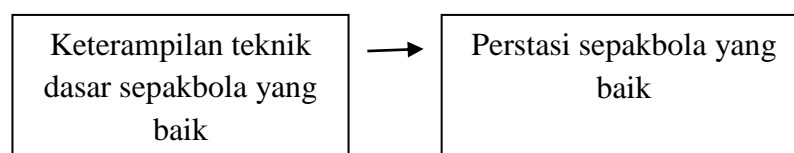
Sumber: <http://eprints.uny.ac.id>(Sucipto, dkk,)

B. Kerangka berpikir

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa terdapat banyak hal yang mempengaruhi minat siswa dalam mempelajari materi tentang sepak bola, hal ini dikarenakan sepak bola merupakan cabang olahraga yang sangat berbahaya dan berat sehingga beresiko cedera yang menjadi alasan siswa malas belajar sepak bola.. Dengan menggunakan pendekatan kuantitatif yaitu pendekatan yang direncanakan dengan matang dan tersusun dinilai tepat karena dapat meningkatkan minat belajar siswa dan mampu meningkatkan keterampilan bermain sepak bola dan juga bisa menekan resiko cedera yang rentan terjadi pada cabang olahraga seperti sepak bola karena pembelajaran telah disesuaikan dengan keadaan, kematangan fisik, dan mental anak.

Pemberian bentuk penelitian kuantitatif yaitu latihan yang direncanakan dengan matang dan tersusun dalam permainan, kegiatan ini dirasa perlu dilakukan. Diharapkan dengan diberikannya penelitian kuantitatif dapat menggunakan sampel dan hasil penelitiannya diberlakukan untuk populasi, segala sesuatu yang direncanakan dengan matang dan tersusun dapat membantu atau berpengaruh terhadap siswa dalam meningkatkan keterampilan gerak dasar sepak bola.

Gambar: 12
Kerangka Berfikir



BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif. Agar sesuai dengan tujuan dalam penelitian ini, peneliti menggunakan metode penelitian deskriptif. Metode penelitian deskriptif adalah suatu metode dalam penelitian yang berusaha mendeskripsikan dan menginterpretasikan apa yang ada, ini bisa mengenai kondisi atau pendapat yang sedang tumbuh, proses yang sedang berlangsung, akibat atau efek yang terjadi, dan kecenderungan yang tengah berkembang. Ini sejalan dengan pendapat yang mengatakan bahwa penelitian deskriptif merupakan penelitian yang bermaksud untuk membuat pencandraan (deskripsi) mengenai situasi-situasi atau kejadian-kejadian. (Suryabrata Sumadi, 1983:19 dalam Riniyadi Lekat (1987:35).

Dengan tujuan peneliti yang seperti ini maka penggunaan metode penelitian deskriptif sangatlah sesuai, ini sejalan juga dengan pendapat yang dikemukakan oleh Darmadi Hamid (2011:34) yang mengatakan bahwa penelitian deskriptif merupakan sebuah penelitian yang bermaksud untuk menggambarkan suatu objek penelitian secara jelas dan sistematis.

B. Pendekatan Penelitian

Pendekatan penelitian ini adalah pendekatan penelitian kualitatif adalah tampilan yang berupa kata-kata lisan atau tertulis yang dicermati oleh peneliti, dan benda-benda yang diamati sampai detailnya agar dapat ditangkap makna yang

tersirat dalam dokumen atau bendanya.(Arikunto suharsimi, (2010) dalam Moleong, (1998: 22))

C. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMA Negeri 3 Kecamatan kaur tengah kabupaten kaur.

D. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi

Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian. Apabila seorang ingin meneliti semua elemen yang ada dalam wilayah penelitian maka penelitiannya merupakan penelitian populasi. Studi atau penelitiannya juga disebut studi populasi atau studi sensus.(Arikunto Suharsimi, 2010: 173) pada penelitian ini yang menjadi populasi adalah keseluruhan siswa peserta, ekstrakurikuler SMA N 3 Kaur Tengah dapat di simpulkan berjumlah 30 orang.

2. Sampel

Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti. Dinamakan penelitian sampel apabila kita bermaksud untuk menggeneralisasikan hasil penelitian sampel, sampel penelitiannya adalah sebagian dari seluruh siswa pada siswa SMAN 3 Kaur Tengah. Hal ini sejalan dengan pendapat yang mengatakan bahwa :

“Pengambilan sampel harus dilakukan sedemikian rupa sehingga diperoleh sampel (contoh) yang benar- benar dapat berfungsi sebagai contoh, atau dapat menggambarkan keadaan populasi yang sebenarnya. Dengan istilah lain, sampel harus representatif. Dalam contoh air teh agar populasi menjadi homogen harus kita aduk dulu agar manisnya sama. (Arikunto Suharsimi, 2010: 1176)

Jadi sampel penelitian yang dipilih disini merupakan sebagian dari siswa SMAN 3 Kaur Tengah. Adapun beberapa faktor sebagai pertimbangan bagi peneliti dalam pengambilan jumlah sampel di penelitian ini yakni menyangkut pada unsur-unsur biaya, waktu, tenaga dan kemampuan, serta ketepatan dari hasil prediksi. Semakin banyak sampel yang di ambil, maka semakin banyak juga biaya yang akan di keluarkan, panjang juga waktu yang dibutuhkan dan banyak juga tenaga yang diperlukan, serta mampukah peneliti melaksanakannya, tetapi dengan banyaknya sampel maka tingkat prediksi penelitian relatif tepat. Dan jika sampel terlalu sedikit, memang biaya, unsur, dan tenaga tidak banyak terkuras, dan peneliti kemungkinan besar sanggup melaksanakannya, tetapi dengan sampel yang sedikit tingkat prediksi penelitian atau ketepatan terhadap penelitian relatif kecil. Jadi, dengan mempertimbangkan sedemikian rupa, penelitiakan menentukan banyaknya sampel yang akan di ambil sebagai sampel penelitian yaitu sebesar 10% dari populasi. Menurut (Arikunto,1997), sampel penelitian yang populasinya kurang dari 100 lebih baik di ambil semuanya, tetapi apabila populasinya lebih dari 100 maka jumlah sampelnya dapat di ambil 10%, 25% atau 20% - 25% atau lebih. Karena populasi dalam penelitian ini hanya berjumlah 30 orang atau kurang dari 100, maka peneliti mengambil sampel penelitian menurut teori Arikunto yaitu sebanyak 30 siswa atau seluruh dari populasi penelitian.

E. Variabel Penelitian

Variabel dalam penilitian ini adalah tingkat keterampilan teknik gerak dasar sepak bola di SMA N 3 Kaur Tengah ajaran 2013/2014.

F. Teknik Pengumpulan Data

Teknik untuk memperoleh data di lapangan melalui pengukuran terhadap sampel melalui observasi langsung, dengan kata lain data diperoleh melalui tes pengamatan dan tes ketrampilan gerak dasar sepak bola langsung di lapangan. Untuk memperoleh data yang dibutuhkan dalam penelitian ini maka dilakukan langkah-langkah sebagai berikut :

a. Persiapan

- 1) Kepustakaan, yaitu mengumpulkan beberapa bahan yang berhubungan dengan masalah yang akan diteliti.
- 2) Penetapan lokasi dan jadwal penelitian.
- 3) Melakukan observasi dan pengambilan data
- 4) Penentuan penilaian (judgement) dimana yang menjadi penilai dalam hal ini sebanyak 2 orang, yaitu pelatih sepakbola.
- 5) Membuat format penilaian
- 6) Menyiapkan sarana dan prasarana yang dibutuhkan
- 7) Dalam pelaksana selanjutnya adalah pengambilan nilai, dimana sample nantinya yang akan melakukan teknik dasar sepakbola yang mana dinilai adalah kemampuan *juggling*, *short passing*, *shooting*, dan *dribbling*. Pada pelaksanaannya sample melakukan teknik dasar sepakbola berkenaan pada *juggling*, *short passing*, *shooting*, dan

dribbling. Dari teknik yang dilakukan sample maka penilaian yang dilakukan dapat dilihat dari format penilaia

8) Kriteria penilaian, keriteria pengambilan penilaian yang dilakukan oleh ke 2 penilai (*judgement*) tersebut yaitu dengan mengambil nilai tengahnya.

b. Pelaksanaan

- 1) Mengumpulkan siswa yang ditunjuk menjadi sample.
- 2) Memberikan pengarahan/informasi.
- 3) Melakukan Pemanasan.
- 4) Melakukan tes.
- 5) Melakukan dan mengelompokan data.
- 6) Mengolah data.
- 7) Membuat kesimpulan tentang hasil penelitian yang telah diselesaikan. Sebelum pelaksanaan tes terlebih dahulu diberi pengarahan dan petunjuk dengan ketentuan yang akan digunakan.

c. Petugas Pelaksanaan Tugas

- 1) 1 orang penilai (Eki Hedryanto, S.Pd.)
- 2) Milki Saputra (mahasiswa jurusan penjaskes) selaku peneliti

d. Penilaian

Untuk kategori jawaban yang diberikan pada kriteria penilaian yaitu: baik, cukup, dan kurang

G. Instrumen Penelitian

Tes keterampilan Sepak Bola menurut Norbert Rogalski dan Ernst G. Degel : merupakan bentuk latihan dan syarat – syarat yang memperoleh medali keterampilan teknik bermain sepak bola untuk kelompok umur 14 – 18 tahun

1. Menimang –menimang bola (*juggling*)
2. Menendang bola dengan kaki bagian dalam (*passing*)
3. Menendang bola dengan punggung kaki (*shooting*)
4. Menggiring bola (zig-zag) .

a) Menimang-menimang bola (*juggling*)

Pemain berdiri menimang bola, bola di lepaskan selanjutnya ditimang-timang dengan kura-kura kaki penuh atau disundul (heading), terus menerus hingga berakhir gagal.

Prestasi : Jumlah pantulan bola.

Medali :

- Dengan kaki kanan dan kaki kiri secara bergant- ganti :

kurang : 20 kali

cukup : 35 kali

baik : 50 kali

Biji 10 meliputi 10-19; biji 20 meliputi 20- 39; biji 40 meliputi 40 keatas.

b) Menendang Bola Dengan Kaki Bagian Dalam (*passing*)

bola diam terletak ditanah, dengan ancang- ancang bola ditendang dengan kaki bagian dalam kearah sasaran dengan lebar 1 meter, jarak tempat menendang dengan sasaran : 10 meter .

Kesempatan menendang bola : 2 kali dengan kaki kanan, 2 kali dengan kaki kiri.

Prestasi : jumlah bola yang masuk kedalam sasaran.

Medali :

- Perunggu : 4 ; artinya jumlah 4 dan 5
- Perak : 6 ; artinya jumlah 6 dan 7
- Emas : 8 ; artinya jumlah 8,9 dan 10

Tabel 2
Pengukuran mengukur kemampuan (*passing*)

Skor	Kriteria
≤ 3	Kurang
3-6	Cukup
≥ 7	Baik

Sumber: *Sucipto, dkk,(2000)*

c). Menendang bola dengan punggung kaki (*shooting*)

badan dibelakang bola sedikit condong kedepan, kaki tumpu diletakan disamping bola dengan ujung kaki menghadap kesasaran lutut sedikit ditekuk.

Jarak antara tempat menendang titik tengah sasaran untuk kelompok umur:

10-12 tahun: jarak 18 meter

12-14 tahun : jarak 20 meter (gambar 9)

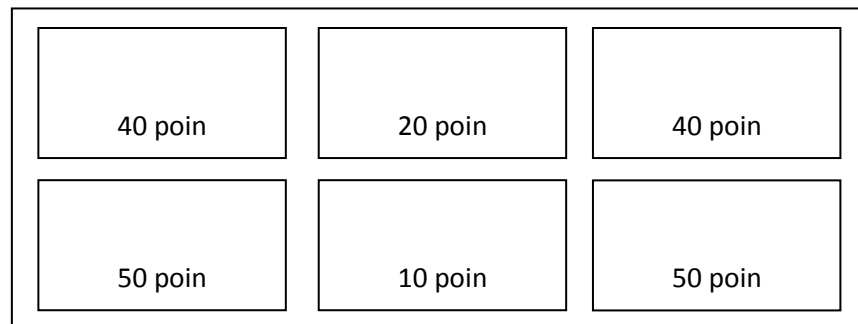
Kesempatan menendang bola : 2 kali dengan kaki kanan , 2 kali dengan kaki kiri.

Medial : - perunggu : 4

 - perak : 6

 - emas : 8

Gambar 13
Tes untuk mengukur kemampuan shooting



Sumber: *Danny Milkey* (2007 : 26)

Tabel 3
Pengukuran mengukur kemampuan *Shooting*

Skor	Kriteria
≤ 67	Kurang
68 – 132	Cukup
133 – 200	Baik

Sumber: *Sucipto, dkk, (2000)*

- e). Menggiring Bola (Zig- Zag)
- menggiring bola berliku- liku (zig-zag) melalui 8 buah tiang perancang, jarak antara masing-masing tiang 1 meter. Garis start sama dengan garis finish dan terletak 1 meter dari tiang pancang pertama. Pemain berdiri dengan bola diletakan diatas tanah dibelakang garis start, menggiring bola berliku-liku melalui 8 tiang perancang , pada tiang pancang 8 putar kembali menggiring bola berliku-liku melalui tiang pancang hingga

menggiring bola berliku-liku (zig-zag) melalui 8 buah tiang perancang, jarak antara masing-masing tiang 1 meter. Garis star sama dengan garis finish dan terletak 1 meter dari tiang pancang pertama. Pemain berdiri dengan bola diletakan diatas tanah dibelakang garis start, menggiring bola berliku-liku melalui 8 tiang perancang , pada tiang pancang 8 putar kembali menggiring bola berliku-liku melalui tiang pancang hingga

bersama bola melalui garis finish. Setiap pada kesalahan, bola terlanjur melampaui beberapa tiang pancang yang seharusnya dilalui kesempatan melakukan tes 2 kali

prestasi : waktu yang dicapai mulai start kembali ke finish dicatat dalam detik.

Prestasi catatan waktu yang terbaik

Medali : kurang : 27 detik

Cukup : 24 detik

Baik : 22 detik

Tabel 4
Pengukur mengukur kemampuan *dribbling*

Waktu dalam hitungan detik	Kriteria
22 detik	Kurang
24 detik	Cukup
27 detik	Baik

Sumber: *Sucipto, dkk,(2000)*

H. Validitas dan Reliabilitas

a. Validitas

1. Untuk tes keterampilan teknik dasar sepak bola seperti *passing*, *juggling*, *shooting*, dan *dribbling* nilai validitasnya yaitu 0.78.

b. Reliabilitas

1. Untuk tes keterampilan teknik dasar sepak bola seperti *passing*, *juggling*, *shooting*, dan *dribbling* nilai reliabilitasnya yaitu dengan rentang 0.64-0.91

I. Teknik Analisis Data

Sesuai dengan permasalahan dan tujuan penelitian, maka data yang diperoleh akan disajikan dengan apa adanya yang berkenaan dengan factor keadaan variabel dan fenomena yang terjadi saat penilaian berlangsung di lapangan.

Peneliti menggunakan teknik analisis dalam mengolah data dengan menggunakan rumus persentase. Sudidjo (1991:40-41) menyatakan bila suatu penelitian bertujuan menggambarkan atau menemukan sesuatu sebagaimana adanya, maka teknik analisa yang dibutuhkan cukup dengan perhitungan persentase.

Selanjutnya untuk panduan perhitungan **persentase frekuensi** jawaban dari penilaian ini menggunakan rumus :

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Keterangan :

P = Tingkat persentase kemampuan.

F = Jumlah pemain yang mengalami kesalahan.

N = Jumlah pemain yang melakukan tes (sampel)